Ho da nghi nhu the - 05

Họ Đã Nghĩ Như Thế

Ho da nghi nhu the - 05

Times font

Họ đã nghĩ như thế

Giác Nguyên dịch Việt

[05]

Đại đức Jagaro Ý nghĩa của hạnh phúc

Tiểu sử:

Đại đức Jagaro (John Cianciosi) sinh năm 1948 tại miền Nam Ý Đại Lợi. Năm lên mười tuổi, đại đức theo gia đình sang sống ở Úc Châu. Đại đức đã học ngành hóa học tại Viện Nghiên Cứu Kỹ Thuật Melbourne nhưng rồi trong thời gian sống giam mình trong phòng thí nghiệm với tư cách một nhà hóa học, đại đức bỗng nhiên nghĩ tới một đời sống khác cho mình, một chân trời thoải mái và ý nghĩa hơn. Cũng như nhiều thanh niên Úc khác, đại đức đã lần lượt đi du lịch khắp các xứ Bali, Indonesia, Malaysia rồi cuối cùng là Thái Lan. Tại đây đại đức đã bước vào đạo Phật và quyết định xuất gia Tỳ kheo với hòa thượng Nànasivivatana tại chùa Pleng Vipassana. Lúc đó là năm 1972 và năm này đại đức vừa đúng hai mươi bốn tuổi đời.

Năm 1973, đại đức Jagaro đến chùa Pah Pong để học thiền với Ngài Ajahn Chah. Do nhân duyên tình cờ, đại đức đã thay thế đại đức Pabhakara để trở thành trị sự chùa Nanajat. Năm 1982, theo lời mời của Hội Phật Giáo miền Tây Úc Châu, đại đức Jagaro đã cùng đại đức Puriso sang Perth để khởi sự xây dựng ngôi chùa tại đây. Lúc đầu, các vị sống tạm thời ở một căn hộ ngoại ô; sau đó, Hội Phật Giáo Tây Úc đã mua lại được một miếng đất 97 mẫu.

Được sự giúp sức của đại đức Brahmavamso, đại đức Jagaro đã lập nên thiền viện Bodhinyana và các vị coi như tự xây dựng lấy mọi công trình. Số lượng phòng ốc tăng dần lên tới con số mười cơ sở và chư tăng thay nhau mở ra các pháp hội như là những hoạt động truyền giáo tại các ngôi chùa mới thành lập và ở cả Trung tâm Phật Giáo Dhammaloka ở Perth. Đại đức Jagaro vẫn thường xuyên đi về Thái Lan và hiện đang được xem là một pháp sư lừng danh.

Bài viết sau đây được phỏng lại từ một thời pháp thoại của đại đức Jagaro tại Trung tâm Dhammaloka, Perth vào ngày 07-06-1985 để trả lời câu hỏi Phật pháp "Thế nào là chân hạnh phúc?"- Nội dung của bài viết có thể nằm gọn trong câu nói sau đây: "Sự giác ngộ không hề mang lại cho ta một lợi nhuận nào cả, nhưng có thể mang đến cho ta một niềm hạnh phúc thật sự và vượt thời gian".

Ý Nghĩa Của Hạnh Phúc

Hạnh phúc theo định nghĩa thông thường nhất chính là cái gì có tác động tốt đối với trái tim của chúng ta. Ai cũng muốn mình được hạnh phúc. Một cách nôm na nhất, hạnh phúc là những gì mình được toại nguyện cũng như thái độ tầm cầu sở hữu của bản thân ra sao: Chúng ta muốn mọi thứ luôn như ý mình. Phải nói rằng đây quả là điều vô cùng khó khăn, bởi trên đời này có biết bao nhiêu điều gần như nằm ngoài khả năng sắp xếp của chúng ta: Một ngày đẹp trời, cuộc gặp gỡ với ai đó, một sức khỏe ổn định, một mối quan hệ tốt, một điều kiện thuận lợi để tu tập... tất cả đều là những gì vượt quá sự dàn xếp của chúng ta. Để có được một niềm hạnh phúc dầu chỉ cỏn con thôi, xem ra cũng chẳng dễ dàng tí nào. Vậy thì, trong tinh thần của người Phật tử, chúng ta phải tìm ở đâu cho ra cái gọi là hạnh phúc? Chúng ta có thể làm được gì khi bản chất của đời sống luôn vô thường bất toại? Có khi chúng ta phải mất đến cả một cuộc đời để đi tìm hạnh phúc và kết quả sau cùng vẫn chỉ là con số không. Nếu bạn là một người may mắn, hữu hạnh và có đủ mọi điều kiện để có được những gì mình muốn thì bạn cũng chỉ có thể hạnh phúc trong một thời gian nào đó thôi. Bởi trong đời sống chung quanh và trước mặt mỗi người có biết bao điều trở lực, những cái làm ngăn trở ước muốn của chúng ta. Đối diện với chúng, ta thường chỉ gặp phải sự bất toại mà gọi khác đi chính là đau khổ. Như vậy rõ ràng là đau khổ và hạnh phúc luôn song hành với nhau, quy định lẫn nhau.

Trong văn học Hồi Giáo thường nhắc tới nhân vật Nasrudin, một con người kỳ lạ: Đôi khi thông minh tuyệt vời, để rồi có lúc lại ngớ ngẩn đến mức buồn cười. Một hôm, ông ta nước mắt, nước mũi đầy mặt ngồi ăn từng trái một cái thứ ớt hiểm cay xé. Mà có ít đâu, trước mặt ông ta có đến những một giỏ đầy. Một người bạn già đến thăm, thấy lạ mới hỏi, Nasrudin đưa tay lau mặt rồi hít hà trả lời:

- Tôi nghĩ thế nào cũng có một trái ngọt chứ!

Trong cuộc sống thường nhật thật ra chúng ta đâu có khác gì ông Nasrudin khi trong từng ngày, vật lộn với những điều kiện sống chua chát đắng cay nhất để mong tìm thấy một chút hạnh phúc ngọt ngào nào đó, rồi phút cuối cùng nhìn lại có được gì đâu. Cứ cho là cuộc sống của bạn có đến chín mươi phần trăm hạnh phúc, nhưng mười phần trăm còn lại trong nội tâm của chúng ta vẫn còn đó những âu lo vướng vít. Mà để chấm dứt những điều này thì đâu phải là chuyện dễ. Cho nên chúng ta có thể nói rằng đôi khi chính sự sợ hãi đã giúp ta biết nghĩ về con đường phát triển tâm linh để mong tìm thấy một nguồn hạnh phúc thật sự.

Trong Phật Giáo, tiếng hạnh phúc có một định nghĩa rất đặc biệt và do vậy con đường dẫn tới hạnh phúc, theo tinh thần Phật Giáo cũng không giống như cách nghĩ thông thường của chúng ta. Các bạn nghĩ sao, chúng ta có thể nào có được hạnh phúc trong một tâm hồn vị ngã chật hẹp luôn bị lệ thuộc vào đủ thứ hoàn cảnh, bị ảnh hưởng từ mọi thứ tác động, dĩ nhiên là không. Một hạnh phúc thật sự phải hoàn toàn vượt thoát tất cả ràng buộc. Đó chính là niềm vui của chư Phật, chư Thánh, một thứ hạnh phúc nằm ngoài mọi hạn chế và hoàn toàn không dính líu gì đến một cái Tôi ngộ nhận nào cả.

Khi bạn không có hứng thú trong những điều kiện sống cũng như những mưu toan dự tính, thì xem như bạn đã không còn bị bất cứ cái gì trên đời này giam giữ nữa. Sự tự do đó mới chính là tất cả những gì bình yên, hạnh phúc nhất. Bản thân Đức Phật là một điển hình chói ngời cho niềm tịnh lạc đó. Tôi dĩ nhiên không được cái may mắn nhìn thấy Đức Phật nhưng qua những lần gặp gỡ các bậc thiền sư, tôi đã cảm nhận được một điều là các vị luôn sống trong sự hạnh phúc, một thứ hạnh phúc được hình thành ngay tự nội tâm với một khả năng tự tại trước mọi hoàn cảnh.

Hồi đó, khi mới sống gần với Ngài Ajahn Chah, tôi đã rất ngạc nhiên từ phong thái cho đến khả năng kỳ lạ của Ngài. Ngài là một người hết sức điềm tĩnh và dưới tay Ngài có biết bao là tăng ni Phật tử mà tất cả đều sống tuân thủ răm rắp theo một thời khóa sinh hoạt hết sức nghiêm cẩn. Điều thú vị là Ngài Ajahn Chah luôn có vẻ như chẳng biết gì đến những điều đó. Ngài sống một cách rất tự tại và hồn nhiên. Trong đời sống cá nhân, Ngài Ajahn Chah cứ như không có riêng cho mình một thời khóa nhất định nào cả thế nhưng tôi đã nhận ra rằng cái gọi là thời khóa sinh hoạt của Ngài thực ra vẫn được giữ gìn suốt cả ngày đêm. Ngài có thể ngồi bất cứ ở đâu, khi có khách muốn gặp, Ngài luôn tỏ ra rất niềm nở, khi mọi người đã kéo đi hết, Ngài ngồi lại một mình như có vẻ đang quay trở lại với niềm hạnh phúc riêng tư nào đó. Tôi có thể nói rằng thiền sư Ajahn Chah là người có nếp sống hạnh phúc nhất mà tôi đã gặp qua trong đời mình. Tôi nói vậy không phải chỉ vì dựa vào những nụ cười trên môi của Ngài - Ngài gần như lúc nào cũng cười - mà phải nói rằng Ngài đã thể hiện niềm tịnh lạc trong lòng mình qua từng cử chỉ, hoạt động lớn nhỏ. Ngài sống đơn giản lắm, chẳng nhờ cậy ai việc gì và cũng không nhắc tới hai chữ hạnh phúc.

Trong Phật Giáo, hai danh từ Tự Do và Hạnh Phúc được xem như đồng nghĩa bởi ở đây, ham muốn là đau khổ, còn tự do là chấm dứt lòng ham muốn đó. Chúng ta cứ suốt đời xây dựng đủ thứ lòng ham muốn để mong xác định cái gì đó là Tôi và Của Tôi. Lòng ham muốn ấy cứ như một hòn đá nặng trên vai mỗi người. Cái ma lực của cái Tôi lớn lắm. Dầu có được một lời cảnh báo thiết tha và nghiêm túc nhất từ ai đó, chúng ta cũng khó mà chối bỏ ý tưởng về một cái Tôi. Thậm chí nếu biết được một cách rõ ràng thế nào là cái chân hạnh phúc của Đức Phật, một niềm hạnh phúc không có sự canh giữ của cái tôi nào hết, thì chúng ta cũng vẫn tu tập với một tinh thần ngã chấp. Cái tôi lúc này lại càng nguy hiểm hơn. Đức Phật đã dạy rằng không có một thứ gì trên đời này đáng để ta ôm ấp cả. Thái độ không chấp thủ sẽ mang lại cho ta một niềm hạnh phúc thật sự. Bên cạnh đề tài Hạnh Phúc, Phật Giáo còn nhắc đến khái niệm Đau Khổ và đề nghị ở chúng ta một thái độ duy nhất là cứ nhìn thẳng vào nó, thấy nó chỉ đơn giản là cái đang xuất hiện và biến mất. Vấn đề chính yếu của Thiền Quán là chúng ta bắt đầu soi rọi bản chất như thật của lòng ham muốn, ý nghĩa mục tiêu của nó, để bắt đầu cho một thoáng ý thức hướng dẫn cứu cánh ly tham thật sự.

Lòng ham muốn thật ra chỉ là một sản phẩm ý thức tự tạo trong tâm hồn chúng ta. Khi ta muốn bỏ nó, ta sẽ bắt đầu cảm nghiệm một trạng thái nội tâm tĩnh lặng. Để thực hiện được điều đó, người ta thường nhắc đến những giây phút tĩnh tọa, thế nhưng trong những giây phút còn lại của đời sống thường nhật thì sao? Chúng ta có thể nào

sống hòa nhập giữa đời với một tâm hồn vô tham vô chấp? Nói cho đúng thì Thiền Quán chỉ là một phép sống, nên chỉ cần có được một vốn sống thôi, ở đâu và lúc nào chúng ta cũng đều có thể thực hiện nếp sống vô tham vô chấp. Vốn sống đó chính là tinh thần tỉnh thức, một thái độ sốntg hiểu biết và dấn thân trọn vẹn vào thực tại - tức là những gì đang xảy ra - một con đò đưa ta vượt qua bên kia dòng thác lũ của những định kiến, toan tính và phân biệt. Nhưng điều này có khó làm lắm không? Tôi nhắc lại, không có sự tỉnh thức, chúng ta chỉ có thể giam hãm mình như một con khỉ bị kẹt bàn tay trong lọ mức khi nó chỉ nghĩ đến việc cầm nắm. Vấn đề ở đây là con khỉ phải biết buông bỏ hết để có thể tự do ra đi, chỉ vì hiềm một nỗi là nó đâu có nghĩ đến chuyện đó. Hãy nhớ, vấn đề tu tập của chúng ta phải làm chính là chận đứng lòng ham muốn. Ý nghĩa và bản chất của sự giác ngộ chỉ đơn giản có chừng đó thôi và tất cả công phu tu tập của chúng ta cũng như cứu cánh tinh thần của con đường tu tập đó chỉ nằm gọn trong tinh thần tỉnh thức, một nếp sống tối ưu mà cũng là duy nhất cho những người đi tìm một chân hạnh phúc.

Giáo lý của Đức Phật chỉ là một con đường, một phương pháp để sống sao cho ngày một hoàn thiện hơn. Thiền định là một phương tiện giúp đỡ cho chúng ta qua từng phút giây hiện tại, qua sự ngắm nhìn vào chính lòng ham muốn của mình và những tác động của nó rồi cuối cùng là một sự buông bỏ, khai phóng. Sự tu tập thiền định là một công phu được Đức Phật đặc biệt nhấn mạnh. Càng sống tỉnh thức, chúng ta càng có cơ hội cảm nghiệm được những trạng thái an lành và hạnh phúc nhất. Bởi tu chỉ là một cuộc đi với hai bàn tay buông bỏ, chúng ta không cần thiết phải sở hữu, thành đạt bất cứ cái gì cả.

Bởi như từ đầu bài đã nói, trí tuệ giác ngộ không hề mang lại cho ta một lợi nhuận nào hết: Ở đây chúng ta chỉ làm có mỗi một việc là khước từ tất cả, hay nói khác đi là đặt xuống mọi gánh nặng. Đời sống chỉ là đời sống với những quan hệ và vận động, thế thôi. Chính tinh thần đó, bản thân nó đã là một nguồn hạnh phúc thật sự rồi, ta đâu cần đòi hỏi gì thêm nữa.

Hành trình tốt nhất mà tất cả chúng ta phải đi qua, đó chính là sự dốc sức vào công phu thiền định thì đúng hơn, cuộc sống của chúng ta chỉ có nước mắt và tâm hồn của mỗi người sẽ là từng trăn trở. Tôi có quen một vị sư người Đức tu được mười lăm hạ, khi được tôi hỏi có thường xuyên thiền định hay không, vị này đã trả lời:

- Mười mấy năm trời tu học, tôi đã chọn lấy con đường thiền định. Thậm chí tôi còn cho rằng người ta không thể nào có được một đời sống tinh thần nếu không có thiền định.

Tôi cứ nhớ hoài câu nói đó của vị sư người Đức và cứ xem đó như một đề tài để suy nghĩ. Quả đúng như vậy, một khi ta không thể làm tĩnh lặng, thanh lọc nội tâm, không sống tỉnh thức và ngắm nhìn được bản chất của thân tâm thì ta không thể nào có được cái gọi là sự tiến bộ của tâm hồn mà ở đây chính là tinh thần chối bỏ tất cả để tìm về một nguồn hạnh phúc thật sự.

-ooOoo-

Đầu trang | Mục lục | Trang kế

Chân thành cám ơn Tỳ kheo Giác Đẳng đã gửi tặng phiên bản điện tử (Bình Anson, 04-2001)

[Trở về trang Thư Mục]

last updated: 01-10-2003

Nguồn: Giảng Sư (giangsu.io.vn) — văn bản trích từ kho sách cổ và kinh điển.